

PELATIHAN ASERTIVITAS UNTUK MENINGKATKAN KETAHANAN ISTRI TERHADAP TINDAK KEKERASAN SUAMI

The Assertiveness Training to Increase Resilience of Spouse Abuse

Qurotul Uyun¹, Sutrisno Hadi²

Program Studi Psikologi

Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

The study was based on a hypothesized statement that assertiveness training influenced to increase resilience of spouse abuse. Assertiveness is the social skill that is defined as expressing one's rights and opinions with respect for the rights of others. Resilience of spouse abuse is capacity to face abusive husband.

The participants of the study consisted of 20 housewives, they were between 21 and 47 years of age, and classified into two groups. One group received the assertiveness training, the other served as a controlled group. Resilience of Spouse Abuse Scale was completed by each participant to measure of resilience. The pretest was given before the assertiveness training. The posttest was given immediately after the treatment, and follow up was given one month after posttest. The hypothesis was tested by one-way mixed one factor analysis of variance.

The results of the study found that the participants who were trained performed significantly better than controlled group on the measure of resilience of spouse abuse. Based on the results was concluded that the women who were trained became more resilient to spouse abuse.

Key Words: *Assertiveness Training -- Resilience of Spouse Abuse*

PENGANTAR

Saat ini kekerasan banyak terjadi di berbagai tempat, dalam situasi apa pun, seperti halnya di dalam rumah tangga. Semua orang sebenarnya dapat mengalami kekerasan, namun kasus kekerasan lebih banyak

1. *Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.*

2. *Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.*

menimpa perempuan, terutama kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Hal itu juga diungkapkan oleh Unger dan Crawford (1992) bahwa mayoritas kasus kekerasan meliputi perempuan sebagai korban dan laki-laki sebagai penyerang. Meskipun wanita sering melakukan tindakan agresif terhadap pasangan, kebanyakan dari mereka adalah untuk melakukan pembelaan diri (*self defense*). Banyak studi yang melaporkan mengenai jenis kekerasan terhadap perempuan, khususnya kekerasan yang dilakukan oleh suami terhadap istrinya. Misalnya data-data UNIFEM yaitu Dana PBB untuk perempuan menyebutkan bahwa di Turki, jumlah perempuan yang mengalami kekerasan oleh pasangan mencapai 57,9% pada tahun 1998; di India jumlah tersebut mencapai 49% pada tahun 1999; di Amerika Serikat mencapai 21,1%; di Bangladesh laporan terakhir tahun 2000 menyebutkan 60% perempuan menikah mengalami kekerasan oleh suami (Wahjana, 2000). Hasil penelitian yang dilakukan di dua wilayah Nicaragua menemukan bahwa dari 360 wanita yang pernah menikah telah diwawancarai di Leon menunjukkan 188 (52%) melaporkan pernah mendapatkan kekerasan fisik dari pasangan intimnya, 27 % mengalami kekerasan pada tahun terakhir (Ellsberg, 2001). Selain itu di Managua kemungkinan mengalami kekerasan fisik diperkirakan 69 %, dengan 33 % mengalami kekerasan pada tahun terakhir. Khofifah Indar Parawansa juga pernah menyatakan bahwa tingkat kekerasan di Indonesia sangat tinggi, yaitu sekitar 24 juta perempuan atau 11,4 persen dari total penduduk Indonesia pernah mengalami tindak kekerasan (Wahjana, 2000). Selanjutnya juga dijelaskan bahwa tindak kekerasan yang dialami perempuan Indonesia adalah kekerasan domestik atau kekerasan dalam rumah tangga misalnya penganiayaan, perkosaan, pelecehan, atau suami berselingkuh. Data-data tersebut menunjukkan bahwa sering terjadi kekerasan terhadap istri dan sekaligus merupakan problem sosial yang serius dibandingkan dengan kekerasan terhadap suami.

Banyak bukti menunjukkan betapa banyaknya kejadian yang termasuk dalam kekerasan domestik, khususnya kekerasan terhadap istri, seperti beberapa kasus yang didapatkan dari berbagai surat kabar, tercantum dalam Tabel 1. Kasus-kasus tersebut merupakan sebagian kecil dari banyak kasus yang dapat diungkapkan, karena dalam kenyataan masih banyak anggapan bahwa kekerasan yang dilakukan suami terhadap istri bukan termasuk kekerasan. Kekerasan domestik sering tidak disadari sebagai tindakan kekerasan, baik oleh suami maupun istri, akibatnya mereka menganggap wajar terhadap perilakunya. Unger & Crawford (1992) menyatakan bahwa kebanyakan peneliti menganggap kekerasan terhadap istri kemungkinan tidak dilaporkan karena berkaitan dengan rasa malu, bersalah, dan keyakinan bahwa pemukulan terhadap istri merupakan bagian normal dari perkawinan.

Tabel 1. Data kasus-kasus kekerasan terhadap istri

No	Tanggal	Headline Berita	Sumber
1.	12-10-2001	Suami perkosa adik ipar saat tidur bersama istri	Pos Kota
2.	25-10-2001	Suami tega bunuh istri gara-gara himpitan kemiskinan	Republika
3.	2-12-2001	Nur Afni Oktavia dianiaya suami	Pos Kota
4.	8-12-2001	Tolak hubungan intim suami bunuh istri	Pos Kota
5.	11-12-2001	Kasus kawin kontrak di Singkawang dite liti	Media Indonesia
6.	13-12-2001	Banyak dilakukan suami berstatus mapan, kekerasan dalam rumah tangga	Media Indonesia
7.	21-12-2001	Cemburu, suami aniaya dan gunduli istri	Kompas
8.	29-12-2001	Janda yang dinikahi lapor polisi, perwira TNI-AL gadungan dibekuk	Pos Kota
9.	12-1-2002	Istri minta cerai digigit suami sendiri	Republika
10.	26-1-2002	Menolak diajak serumah lagi istri dibunuh suami	

Sumber: Arivia (dalam Jurnal Perempuan Maret, 2002).

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) sebenarnya sudah menjadi permasalahan umum bagi negara-negara di dunia, terutama negara yang sangat menjunjung tinggi hak asasi manusia. Indonesia pun tampaknya juga peduli dengan permasalahan ini, terbukti dengan banyaknya LSM-LSM yang sangat bersemangat memperjuangkan anti kekerasan, khususnya kekerasan terhadap anak dan perempuan. Selain itu undang-undang anti kekerasan juga sudah dicanangkan melalui deklarasi PBB tahun 1993 mengenai Penghapusan Kekerasan Terhadap Perempuan yang mendefinisikan kekerasan berdasarkan gender yang dapat berakibat kesengsaraan, atau penderitaan perempuan secara fisik, seksual, dan psikologis termasuk ancaman tindakan tertentu, pemaksaan, dan perampasan kemerdekaan secara sewenang-wenang, baik yang

terjadi di ranah domestik maupun publik (Wahjana, 2000). Kepedulian ini ternyata tidak menjadikan kekerasan mudah untuk diungkapkan apalagi diatasi, karena banyak faktor yang mempengaruhinya, serta kompleksitas masalah yang terjadi dalam masyarakat. Kekerasan dalam rumah tangga sering menjadi hal yang rumit, yaitu pelaku merasa bahwa wilayah domestik merupakan urusan pribadi, sehingga tidak perlu diusik oleh orang lain, apalagi tersentuh oleh hukum. Korban pun sering merasa malu mengungkapkan kekerasan yang dialaminya, karena malu membuka aib keluarga, atau berdalih mempertahankan perkawinan.

Studi yang dilakukan di 90 komunitas yang berbeda di dunia menunjukkan pola tertentu dalam insiden kekerasan terhadap perempuan (Wahjana, 2000). Studi tersebut mendapatkan empat faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan. *Pertama*, ketimpangan ekonomi antara perempuan dan laki-laki; *kedua*, penggunaan kekerasan sebagai jalan keluar dari suatu konflik; *ketiga*, otoritas dan kontrol laki-laki dalam pengambilan keputusan; *keempat*, hambatan-hambatan bagi perempuan untuk meninggalkan *setting* keluarga. Studi tersebut dapat juga dijelaskan berdasarkan perspektif kultur-sosial, yaitu kekerasan domestik merupakan produk dari ketidaksetaraan hubungan antara laki-laki dan perempuan dalam masyarakat (Nevid, dkk, 1997). Sejak kecil laki-laki dididik untuk berperan secara dominan, sedangkan perempuan senantiasanya belajar untuk selalu mengalah. Laki-laki juga diajarkan untuk lebih agresif agar dianggap sebagai lelaki maskulin, sehingga orangtua tidak risau ketika anak lelakinya beradu fisik dengan temannya, bahkan kadang-kadang ada rasa bangga karena anaknya pemberani. Lain halnya dengan perempuan yang diharapkan mempunyai perilaku sopan, bertutur kata halus, serta penurut, sehingga masyarakat tidak memberi ruang bagi mereka untuk lebih memegang kendali dalam menghadapi masalah. Hal itu dijelaskan lebih lanjut oleh Richmon (1992) bahwa kekerasan terhadap istri melambangkan kekuasaan laki-laki dan penerimaan perempuan. Perempuan dianggap milik laki-laki dan laki-laki mempunyai kekuasaan atas diri mereka, akibatnya banyak laki-laki merasa mempunyai hak untuk berbuat kekerasan terhadap istri, sedangkan kebanyakan perempuan diharapkan untuk menerima kekerasan tersebut. Asumsi tersebut didukung oleh penelitian Yoshioka dkk. (2001) yang menyimpulkan bahwa keluarga pada masyarakat Asia cenderung patriarkhis dan hirarkhis, sehingga memberi hak yang sangat besar kepada suami atas istri dan anak-anaknya, akibatnya penggunaan kekerasan sering dipandang sebagai hak prerogatif suami. Penelitian tersebut juga mendapatkan bahwa 24% sampai 36% dari sampel sebanyak 507, setuju bahwa kekerasan diperbolehkan dalam situasi tertentu seperti ketidaksetiaan istri, penolakan istri untuk memasak dan mencuci. Hasil

penelitian tersebut didukung oleh laporan penelitian Adinkrah (2001) yang menemukan bahwa struktur sosial patriarkhis cenderung berhubungan dengan kekerasan terhadap perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Djannah dkk. (2002) juga mendapatkan bahwa sebagian istri cenderung mentolelir dan menerima kekerasan domestik yang mereka alami karena mereka berusaha menghindari terjadinya konflik yang lebih besar. Berdasarkan penjelasan tersebut penulis berasumsi bahwa penerimaan perempuan terhadap tindak kekerasan turut melegalkan kekerasan tersebut. Ada kemungkinan jika istri mampu melakukan penolakan dengan tegas terhadap kekerasan suaminya, maka akan mengurangi kekerasan yang akan dilakukan suaminya. Istri yang menerima saja kekerasan yang dilakukan suaminya menyebabkan suaminya tidak segan untuk memperlakukan istrinya dengan kasar. Agar istri mampu mengatasi permasalahan kekerasan, perlu memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi yang membuat dirinya tersiksa.

Kekerasan dalam rumah tangga dapat juga tidak disadari oleh keduanya, karena pemahaman yang keliru terhadap ajaran agama tentang ketundukan kepada suami, tentang aturan mendidik istri, dan tentang aturan pelayanan istri kepada suami, turut memperbesar kemungkinan istri mendapatkan kekerasan. Selain itu budaya juga mengkondisikan perempuan untuk tergantung kepada laki-laki, khususnya secara ekonomi. Suami mempunyai kewajiban utama untuk mencari nafkah dan perempuan wajib mengurus rumah tangga, sehingga perempuan tidak harus bekerja di luar rumah. Pekerjaan yang lebih bernilai ekonomis adalah bekerja di luar rumah, sehingga istri yang tidak bekerja atau sering disebut "hanya sebagai ibu rumah tangga" dianggap kurang berharga. Akibatnya, suami merasa semakin berkuasa terhadap istrinya, sehingga cenderung berbuat sekehendak hatinya dalam memperlakukan istrinya. Saat ini memang istri yang bekerja di luar rumah sudah sangat lazim, namun bukan berarti hal ini tidak membawa masalah. Istri bekerja bukan berarti terbebas dari kekerasan. Penelitian yang dilakukan oleh Djannah dkk. (2002) menunjukkan bahwa istri yang memiliki penghasilan banyak dapat menyebabkan terjadinya kekerasan ekonomi yang berkepanjangan, karena suami cenderung mengeksploitasi istrinya yang berpenghasilan lebih banyak. Hasil penelitian tersebut didukung oleh data-data yang dikumpulkan Wahjana (2000) menunjukkan bahwa perempuan berpendidikan menengah ke atas dan perempuan karir juga banyak mengalami kekerasan. Berdasarkan data-data tersebut dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga terjadi di semua lapisan sosial masyarakat, agama, politik maupun latar belakang pendidikan.

Akibat dari kekerasan dapat beragam. Kekerasan fisik mungkin dapat segera terlihat mata, tetapi kekerasan psikologis, seperti mengancam, menghina, ataupun membatasi kemerdekaannya tampaknya sulit untuk dideteksi. Berbagai kekerasan yang dilakukan suami terhadap istri dapat berdampak buruk, yaitu perasaan tidak percaya diri, kecemasan, ataupun gangguan fisiologis yang lain, yang berakibat lanjut terhambatnya potensi diri perempuan yang seharusnya dapat bermanfaat untuk masyarakat. Berpijak dari akibat buruk yang diderita perempuan akibat kekerasan, maka perlu dipikirkan upaya-upaya pencegahan tindakan kekerasan.

Jika ditelaah dari permasalahan di atas nampaknya tidak mudah memutuskan mata rantai kekerasan tersebut. Kekerasan dalam rumah tangga lebih berakar pada konstruksi sosial budaya, sehingga sering tidak disadari baik oleh suami maupun istri sendiri. Kesadaran terhadap tindak kekerasan perlu diupayakan seoptimal mungkin. Peneliti berasumsi bahwa salah satu cara agar seseorang terhindar dari kekerasan, harus memiliki kesadaran dan kemampuan untuk mengatasi tindakan kekerasan yang dilakukan suami. Agar istri mampu menghadapi kemungkinan tindakan kekerasan perlu memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi yang menekan, dalam hal ini akan difokuskan pada *resiliency* (ketahanan). Istri yang memiliki ketahanan akan lebih mampu mengatasi konflik-konflik yang kemungkinan muncul dalam rumah tangganya. Individu yang *resilient* akan lebih memiliki kendali dalam hidupnya, sehingga kemungkinan akan dapat menghadapi kekerasan secara lebih baik. Hasil penelitian Fredrickson dkk (2003) menemukan bahwa individu yang memiliki ketahanan tinggi cenderung berhubungan dengan tingkat kecemasan rendah, keterbukaan, kepuasan, optimisme, dan ketenangan. Sesuai dengan hasil penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa individu yang *resilient* cenderung memiliki kemampuan menghadapi situasi menekan. Berdasarkan asumsi tersebut, dapat dikatakan bahwa salah satu pemecahan yang bersifat preventif untuk menghindarkan perempuan dari tindak kekerasan adalah dengan meningkatkan tingkat ketahanan istri. Beberapa variabel yang mempengaruhi ketahanan (*resiliency*) di antaranya adalah inteligensi, pusat kendali internal, dan ketrampilan sosial (Ryff & Singer, 2003). Ketahanan dalam konsep ini berkaitan dengan kemampuan istri dalam menghadapi kekerasan suami, sehingga merupakan salah satu kemampuan interpersonal yang dapat ditingkatkan melalui pelatihan asertivitas atau sering disebut dengan istilah pelatihan ketrampilan sosial (*Social Skill Training*) (Walker dkk, 1981). Jika istri lebih asertif, maka akan lebih mampu menjalin hubungan baik dengan suaminya, serta lebih mampu mengungkapkan hak-haknya sebagai istri dengan cara yang

konstruktif. Kemampuan tersebut dapat menghindarkan istri dari tindakan kekerasan suaminya.

Berdasarkan asumsi-asumsi di atas, di samping juga pelatihan asertivitas telah terbukti dapat meningkatkan kemampuan mengatasi berbagai permasalahan, penelitian ini dimaksudkan untuk menguji pengaruh pelatihan asertivitas untuk meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami.

Tinjauan Pustaka

Beberapa penelitian mengenai kekerasan terhadap istri sudah pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Chusairi, (1998) telah meneliti Hubungan antara Sikap Gender Patriarkis Suami dengan Perilaku Kekerasan Suami terhadap Istri di Masyarakat Perkotaan Yogyakarta. Penelitian lain dilakukan oleh Dewi (1996) yang berjudul Kekerasan Suami pada Istri di Masyarakat Perkotaan Yogyakarta ditinjau dari *Marital Power* dan Kepuasan Perkawinan Suami. Penelitian Zuhri (2002) mengaitkan hubungan antara kekerasan terhadap istri dengan pola asuh otoriter ibu. Sedangkan Djannah dkk. (2002) telah melakukan penelitian secara kualitatif yang mengungkapkan secara mendalam mengenai kekerasan suami terhadap istri. Hasil studi eksploratif oleh Sulastri (2001) menemukan faktor-faktor yang menyebabkan kekerasan terhadap istri di antaranya ketidakpuasan seksual terhadap istri, pertengkaran soal uang, istri menolak hubungan seksual, istri menolak keinginan suami, suami ingin kawin lagi, suami berselingkuh, suami sering berjudi, suami mabuk, suami sering ke tempat pelacuran.

Penelitian mengenai pelatihan asertivitas telah dilakukan oleh Prastuti (2001) dengan judul *Pengaruh Pendidikan Seks dan Pelatihan Asertivitas terhadap Sikap Remaja mengenai Seks Pranikah*. Penelitian Desriani (2001) berjudul *Pelatihan Asertivitas pada Karyawan PT Prima Inti Perkasa Medan*. Hidayati (1995) telah melakukan penelitian dengan judul *Pengaruh Pelatihan Asertivitas terhadap Peningkatan Harga Diri*. Penelitian Damayanti (1992) menguji *Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Peningkatan Penerimaan Diri pada Penyandang Cacat Tubuh*.

Beberapa hasil penelitian di atas menunjukkan kasus-kasus kekerasan terhadap istri, serta efektivitas pelatihan asertivitas terhadap peningkatan aspek-aspek psikologis, sehingga penulis merasa perlu melakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan istri dalam menghadapi tindak kekerasan suami, yaitu memberikan pelatihan asertivitas untuk meningkatkan ketahanan agar istri mampu menghadapi tindakan

kekerasan yang dilakukan suami secara konstruktif. Penelitian ini menggunakan pelatihan asertivitas sebagai variabel bebas, dengan variabel tergantung ketahanan istri terhadap kekerasan suami, serta menggunakan subjek penelitian berbeda dengan penelitian-penelitian di atas, yaitu istri.

Landasan Teori

Ketahanan (*Resiliency*)

Sebagian besar permasalahan hidup membutuhkan ketahanan agar seseorang mampu bertahan dalam situasi buruk. Individu yang memiliki ketahanan akan mampu menghadapi permasalahan dengan cara yang lebih konstruktif. Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan ketahanan sebagai kapasitas untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau *trauma*, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Selanjutnya dijelaskan bahwa ketahanan merupakan *mind-set* yang mampu meningkatkan seseorang untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai proses yang meningkat. Ketahanan dapat menciptakan dan memelihara sikap positif untuk mengeksplorasi, sehingga seseorang menjadi percaya diri berhubungan dengan orang lain, serta lebih berani mengambil resiko atas tindakannya.

Grotberg (1999) memperkuat pengertian di atas bahwa ketahanan adalah kapasitas manusia untuk menghadap dan mengatasi tekanan hidup. Selanjutnya juga dijelaskan bahwa ketahanan dapat diperkuat, dan bahkan diubah melalui pengalaman terhadap kesengsaraan (*adversity*). Setiap orang memiliki kemampuan untuk belajar menghadapi kesengsaraan hidup, sehingga dapat dikatakan bahwa ketahanan dapat dimiliki oleh setiap orang melalui proses belajar.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, penulis menyimpulkan bahwa ketahanan merupakan kemampuan manusia untuk menghadapi berbagai permasalahan hidup, sehingga mampu mengendalikan kehidupannya dengan cara yang lebih baik. Permasalahan hidup dalam penelitian ini difokuskan pada masalah kekerasan suami terhadap istri. Pengertian ketahanan untuk selanjutnya akan dikaitkan dengan kemampuan istri dalam menghadapi tindak kekerasan suami.

Asertivitas

Pembahasan berikut ini akan menjelaskan beberapa pandangan mengenai pengertian asertivitas. Townen (1991) menjelaskan bahwa individu asertif memiliki ciri terbuka kepada orang lain meskipun berbeda pandangan, mampu mengekspresikan diri dengan jelas, serta mampu

berkomunikasi secara efektif. Alberti & Emmons (2001) menyatakan bahwa asertivitas adalah pernyataan diri yang positif, dengan tetap menghargai orang lain, sehingga akan meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain. Penjelasan yang hampir sama dikemukakan oleh Lange & Jakubowski (dalam Rakos, 1991) bahwa asertivitas mencakup usaha untuk mempertahankan hak pribadi, dan mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara langsung, jujur, dengan cara yang tepat, serta tidak melanggar hak orang lain.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian asertivitas adalah kemampuan individu untuk mengemukakan pikiran-pikiran dan perasaannya secara jujur dan spontan, tanpa rasa bersalah, serta tidak bermaksud untuk melukai orang lain.

Pengertian asertivitas tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut dengan membahas mengenai gaya komunikasi. Gambaran mengenai gaya komunikasi berdasarkan diskusi pola komunikasi Virginia Satir (Myers & Myers, 1992), yang meliputi lima dasar gaya komunikasi: 1) *the blaming* atau gaya agresif 2) *the placating* atau gaya tidak asertif; 3) *the computing* atau gaya intelektual; 4) *the distracting* atau gaya manipulatif; 5) *the leveling* atau gaya asertif.

Pengertian asertivitas dapat dijelaskan lebih lanjut dengan melihat perbedaan antara *nonassertiveness*, *aggressiveness*, dan *assertiveness* (Devito, 1995).

Berdasarkan konsep Devito dan Virginia Satir dapat disimpulkan bahwa *blamers* dan *distracting* merupakan gaya komunikasi yang agresif karena menekankan dominasi dan cenderung melukai dalam berhubungan dengan orang lain. *Placaters* cenderung mengorbankan hak-hak pribadi dan *computing* cenderung menyembunyikan emosinya, sehingga dapat dikatakan bahwa keduanya merupakan gaya komunikasi yang *nonassertiveness* dalam konsep Devito. *Leveling* sama dengan *assertiveness* dalam konsep Devito. Kedua konsep memiliki kemiripan, sehingga penulis memodifikasi keduanya untuk diterapkan dalam pelatihan.

CARA PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah istri yang tinggal di desa Rejodani, Sariharjo, Ngaglik, Sleman. Karakteristik subjek penelitian ini

adalah istri yang masih mempunyai suami. Subjek dipilih berdasarkan hasil seleksi sebanyak 20 orang dari skor yang paling rendah, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok 1 akan diberi pelatihan asertivitas, sedangkan kelompok 2 sebagai kelompok kontrol akan diberi penyuluhan mengenai kesehatan. Pembagian ke dalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didasarkan pada kesetaraan skor, pendidikan, dan usia.

Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami. Skala ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami diukur dengan menggunakan skala ketahanan yang disusun peneliti, mengacu pada faktor-faktor ketahanan yang dikemukakan oleh Ryff & Singer (2003) dan Reivich & Shatte (2002). Penyusunan setiap aitem skala ini dikaitkan pada konteks hubungan istri dengan suami. Skala disusun berdasarkan faktor-faktor ketahanan, yang terdiri dari: (1) harga diri, (2) optimisme, (3) kemampuan inisiatif, (4) kemampuan mengendalikan emosi, (5) menjalin hubungan positif dengan suami, (6) kemampuan introspeksi. Uji reliabilitas dan validitas menunjukkan bahwa skala ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami memiliki validitas isi yang baik karena seluruh aspek-aspek terwakili oleh butir-butir yang sah dengan korelasi aitem-total antara 0,267 sampai dengan 0,692. Uji reliabilitas skala ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* digunakan untuk menentukan reliabilitas internal dan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,862.

Pelatihan Asertivitas

Pelatihan asertivitas merupakan program yang disusun dalam bentuk pelatihan yang diberikan kepada istri yang dianggap rentan terhadap tindakan kekerasan suami. Pelatihan dibagi dalam 8 sesi selama 2 minggu, dengan materi yang mengacu pada aspek-aspek asertivitas berdasarkan teori Myers & Myers (1992), Lazarus (dalam Walker dkk, 1981), serta Alberti & Emmons (2001). Aspek-aspek tersebut terdiri dari: (1) meningkatkan kesetaraan hubungan, (2) membangun kesadaran diri, (3) mengekspresikan pikiran dan perasaan, (4) mampu menerapkan hak-hak pribadi.

Analisis data

Analisis data penelitian dilakukan secara kuantitatif menggunakan fasilitas komputer Seri Program Statistik (SPS 2000) edisi Sutrisno Hadi dan Yuni Pamardiningsih. Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan teknik Anava 1 jalur gabung 1 Faktor, karena membandingkan ketahanan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah pelatihan asertivitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis

Berdasarkan hasil uji F terbukti bahwa kedua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berbeda secara sangat signifikan setelah perlakuan, ditunjukkan dengan nilai F sebesar 24.638 ($p < 0,000$).

Tabel 2. Skor Perbandingan Rerata Ketahanan dan Faktor-faktor Antar Kelompok

No	Variabel/ Faktor	Pretest		Posttest		Tindak lanjut	
		KK	KE	KK	KE	KK	KE
1	Ketahanan	0,000	0,000	2,600	29,900	1,000	32,500
2	Harga diri	0,000	0,000	0,000	4,800	0,400	5,400
3	Optimisme	0,000	0,000	0,100	4,600	0,200	4,900
4	Inisiatif	0,000	0,000	0,500	7,900	2,300	7,500
5	P. Emosi	0,000	0,000	0,400	5,300	2,100	6,500
6	Hub. Positif	0,000	0,000	2,000	3,000	3,300	3,900
7	Introspeksi	0,000	0,000	0,000	4,300	0,700	4,400

Tabel 2 menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memperoleh rerata ketahanan terhadap tindak kekerasan suami yang lebih tinggi dari kelompok kontrol pada saat *posttest* maupun pada saat tindak lanjut. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima, yaitu ada pengaruh yang sangat signifikan pelatihan asertivitas terhadap peningkatan ketahanan istri dalam menghadapi tindak kekerasan suami.

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji - t

No	Variabel/ Faktor	Perlakuan		Kesimpulan	Follow up		Kesimpulan
		t	p		t	p	
1	Ketahanan	8,728	0,000	Sangat signifikan	8,460	0,000	Sangat signifikan
2	Harga diri	5,918	0,000	Sangat signifikan	6,165	0,000	Sangat signifikan
3	Optimisme	6,712	0,000	Sangat signifikan	7,283	0,000	Sangat signifikan
4	Inisiatif	8,775	0,000	Sangat signifikan	6,166	0,000	Sangat signifikan
5	P. Emosi	5,532	0,000	Sangat signifikan	4,968	0,000	Sangat signifikan
6	Hub. Positif	5,795	0,000	Sangat signifikan	8,345	0,000	Sangat signifikan
7	Introspeksi	4,692	0,000	Sangat signifikan	4,037	0,000	Sangat signifikan

Selanjutnya untuk melihat seberapa besar perbedaan tingkat ketahanan berdasarkan masing-masing faktor ketahanan, dapat dilihat pada Tabel 3. Hasil uji - t menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan pada semua faktor ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami pada antara *pretest* dan *posttest*, serta tindak lanjut. Rerata pada Tabel 2 menunjukkan bahwa masing-masing faktor mengalami peningkatan secara sangat signifikan pada saat *posttest*, dan masih bertahan pada saat pengukuran tindak lanjut.

Pembahasan

Hasil analisis dari uji hipotesis menunjukkan bahwa ada pengaruh yang sangat signifikan pelatihan asertivitas terhadap peningkatan ketahanan istri dalam menghadapi tindak kekerasan suami. Hasil analisis tersebut ditunjukkan dengan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok yang diberi pelatihan asertivitas dengan kelompok yang diberi penyuluhan mengenai obat-obatan pada saat *posttest* maupun pada saat pengukuran tindak lanjut. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pelatihan asertivitas dapat meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami. Peningkatan tersebut disebabkan karena subjek dapat belajar mengenai perilaku asertif kepada suaminya baik secara kognitif maupun berlatih secara behaviorial, sehingga dapat meningkatkan aspek-aspek asertivitas yang mempengaruhi tingkat ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami. Istri yang asertif menjadi lebih percaya diri dalam menghadapi permasalahan dengan suaminya. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bukti bahwa pelatihan asertivitas mampu meningkatkan cara menghadapi masalah.

Pelatihan asertivitas ini sesuai dengan program untuk mencegah kekerasan yang pernah dilakukan oleh *Youth Relationships Project* (YRP) di London, Ontario, Canada (Jaffe dkk, 1996). Program ini membantu wanita muda untuk memahami hak-haknya, memperhatikan keselamatan dirinya, serta mengekspresikan diri secara asertif. Selanjutnya juga dijelaskan bahwa YRP dirancang untuk membangun kekuatan ketahanan (*resilience*), dan ketrampilan mengatasi masalah, serta meningkatkan penyelesaian konflik dengan tidak menggunakan kekerasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eisler dkk (dalam Rodriques dkk, 2001), menunjukkan bahwa perempuan yang mendapatkan pelatihan asertivitas menjadi lebih percaya diri, mandiri, mampu menemukan identitas diri dan lebih kompeten dalam berbagai aspek kehidupan. Pelatihan asertivitas menyebabkan istri lebih asertif ketika mendapatkan perlakuan negatif

suami, sehingga suami memahami perasaan istrinya. Akibatnya istri dapat terhindar dari tindakan kekerasan suami. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Greene & Navarro (dalam Quina, 2000), yang menemukan bahwa ketrampilan asertif juga membantu wanita dalam mengurangi kemungkinan menjadi korban kekerasan.

Hasil rerata masing-masing faktor ketahanan juga menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan pada masing-masing faktor. *Pertama*, pelatihan asertivitas dapat meningkatkan harga diri, karena peserta lebih memahami bahwa mereka memiliki hak yang sama untuk mengungkapkan perasaan, serta dilatih untuk berani mengungkapkan perasaan secara lebih positif. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Thompson dkk.(1996) yang menyatakan bahwa pelatihan ketrampilan sosial dapat meningkatkan harga diri. Penelitian Hidayati (1995) juga menunjukkan bukti bahwa pelatihan asertivitas dapat meningkatkan harga diri.

Kedua, pelatihan asertif dapat meningkatkan optimisme, karena istri dilatih untuk membangun kesadaran bahwa istri memiliki hak yang sama dengan suami, serta mengembangkan cara mengekspresikan pikiran dan perasaan secara positif, sehingga meningkatkan kepercayaan diri dalam mengatasi konflik dengan suaminya. Hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Myers (1992) dan Walker (1981), bahwa pelatihan asertivitas dapat meningkatkan kepercayaan diri. Istri yang asertif tidak mudah menyerah atau pasrah, jika suami memaksakan kehendaknya, sehingga akan lebih memiliki keyakinan (optimis) bahwa dirinya mampu menyelesaikan masalah.

Ketiga, pelatihan asertivitas dapat meningkatkan inisiatif, karena istri yang asertif akan mampu mengambil tindakan atau keputusan tanpa harus menunggu suami yang memutuskan lebih dahulu. Berkaitan dengan ketahanan terhadap kekerasan, istri yang mampu mengembangkan inisiatif akan berani mengungkapkan permintaan, bahkan penolakan ketika suami memaksakan kehendaknya. Kemampuan tersebut dapat menghindarkan istri dari tindakan kekerasan suami. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Grotberg (1999), bahwa individu yang mampu mengembangkan inisiatif akan mampu melakukan tindakan aktif untuk menghadapi situasi buruk, dalam hal ini tindakan kekerasan.

Keempat, pelatihan asertivitas dapat meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi, karena dalam pelatihan istri belajar mengekspresikan perasaan terutama perasaan negatif, seperti kemarahan dan penolakan dengan cara yang positif, tidak bermaksud melukai suami.

Istri juga dilatih untuk menanggapi kekerasan dengan cara yang konstruktif dan tidak emosional. Jika sebelum pelatihan cenderung sulit mengungkapkan perasaan negatif, atau bahkan kalau sudah menumpuk menjadi agresif, maka dengan pelatihan mereka dapat belajar untuk asertif, sehingga lebih dapat mengendalikan emosi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bourque dkk. (1982) yang menemukan bahwa pelatihan asertivitas dapat menurunkan perilaku yang meledak-ledak.

Kelima, pelatihan asertif dapat meningkatkan hubungan positif antara istri dan suami, karena dalam pelatihan asertivitas mereka tidak hanya belajar mengemukakan permintaan, penolakan ataupun hak-haknya, tetapi juga berlatih memberi pujian, memberi perhatian, dan mengungkapkan perasaan-perasaan positif. Ketrampilan untuk mengungkapkan hal-hal positif, dapat meningkatkan hubungan positif, sehingga akan lebih menghindarkan istri dari tindakan kekerasan. Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan dengan pendapat Nelson-Jones (1995) bahwa pelatihan asertivitas dapat meningkatkan keterbukaan antar pasangan, sehingga akan menimbulkan pemahaman di antara mereka dan dapat meningkatkan hubungan yang lebih baik.

Keenam, pelatihan asertif dapat meningkatkan kemampuan introspeksi, karena dalam pelatihan asertif mereka belajar membangun kesadaran diri untuk melihat seberapa tingkat asertivitasnya. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Cloitre dkk (2002) yang menemukan bahwa pelatihan ketrampilan sosial dapat memperkuat manajemen diri, meningkatkan hubungan interpersonal dan membangun hubungan terapeutik. Selain itu mereka juga mendapatkan pelajaran mengenai hak dan kewajiban istri dalam meningkatkan kesetaraan hubungan, sehingga mereka lebih memahami diri, baik hal-hal positif maupun negatif. Pemahaman atas diri mereka dapat meningkatkan kemampuan introspeksi, sehingga benar-benar mengetahui apa yang sebaiknya dilakukan ketika menghadapi masalah.

Sumbangan efektif pelatihan asertivitas terhadap tingkat ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami sebesar 37,6 %. Hal itu menunjukkan adanya faktor lain sebesar 62,4 % yang mempengaruhi ketahanan terhadap tindak kekerasan suami, sehingga dapat dikatakan bahwa pelatihan asertivitas merupakan salah satu bentuk upaya untuk meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pelatihan asertivitas telah membekali istri dengan ketrampilan membangun hubungan setara, membangun kesadaran diri, melatih mengekspresikan

diri, serta mengungkapkan hak-hak pribadi, sehingga dapat meningkatkan kemampuan istri dalam berhubungan dengan suami. Selanjutnya kemampuan tersebut dapat meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pelatihan asertivitas memberi pengaruh sangat signifikan untuk meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami. Apabila istri mendapatkan pelatihan asertivitas, maka ketahanan terhadap tindak kekerasan suami akan meningkat.

Berdasarkan hasil penelitian, terbukti bahwa pelatihan asertivitas sangat efektif untuk meningkatkan ketahanan istri terhadap tindak kekerasan suami. Oleh karena itu disarankan kepada para wanita terutama istri untuk mengembangkan asertivitas agar memiliki kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi antara suami dan istri. Hal tersebut diharapkan dapat menghindarkan perempuan dari tindakan kekerasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinkrah, M. 2001. "Patriarchal Family Ideology and Female Homicide Victimization in Fiji". *Journal of Comparative Family Studies*. (Volume: 32, 283).
- Alberti, R. & Emmons, M. 2001. *Your Perfect Right (Panduan Praktis Hidup lebih Ekspresif dan Jujur pada Diri Sendiri)*. Alih Bahasa Ursula G. Buditjahja. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Arivia, G. 2002. "Perempuan dalam Kebijakan Publik tentang Hukum Perkawinan serta Perceraian". *Jurnal Perempuan untuk Pencerahan dan Kesetaraan*. (Volume 22: 84).
- Bourque, P. & Cyr, D. J. 1982. "Evaluation of An Assertive Training Program in Maximum Security Correctional Setting". *Canadian Journal of Criminology*. (Volume: 24, 51).
- Chusairi, A. 1998. "Hubungan antara Sikap Gender Patriarkis Suami dengan Perilaku Kekerasan Suami terhadap Istri di Masyarakat Perkotaan Yogyakarta". *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Cloitre, M., Koenen, K. C. & Han, H. 2002. "Skills Training in Affective and Interpersonal Regulation Followed by Exposure: Phase-Based Treatment for PTSD Related to Childhood Abuse". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. (Volume: 70: 1067-1074).
- Damayanti, E. T. 1992. "Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Peningkatan Penerimaan Diri pada Penyandang Cacat Tubuh". *Skripsi* (Tidak

- Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Desriani, N. 2001. "Pelatihan Asertivitas pada Karyawan PT Prima Inti Perkasa Medan". *Tesis* (Tidak Diterbitkan) Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM.
- Devito, J. A. 1995. *The Interpersonal Communication Book*. Seventh Edition. Harper Collins College Publishers.
- Dewi, S. R. 1996. "Kekerasan Suami pada Istri di Masyarakat Perkotaan Yogyakarta Ditinjau dari Marital Power dan Kepuasan Perkawinan Suami. Yogyakarta". *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Djannah, F., Rustam, Nurashah, Sitorus, M. & Batubara, C. 2002. *Kekerasan terhadap Istri*. Yogyakarta: LkiS.
- Ellsberg, M., Heise, L., Pena, R., Agurto, S. & Winkvist. 2001. "Researching Domestic Violence Against Women: Methodological and Ethical Considerations". *Studies in Family Planning*. (Volume: 32, 1-16).
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E. & Larkin, G. R. 2003. "What Good Are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotion Following The Terrorist Attacks on The United States on September 11th 2001". *Journal of Personality and Social Psychology*. (Volume: 84, no 2, 365-376).
- Grotberg, E. H. 1999. *Tapping Your Inner Strength. How to Find The Resilience to Deal with Anything*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc.
- Hidayati, N. I. L. N. 1995. "Pelatihan Asertivitas terhadap Peningkatan Harga Diri". *Tesis* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM.
- Jaffe, P. G., Lemon, N. K. D., Sandler, J. & Wolfe, D. A. 1996. *Working Together To End Domestic Violence*. Tampa, Florida: Mancorp Publishing, Inc.
- Myers, G. E. & Myers, M. T. 1992. *The Dynamics of Human Communication. A Laboratory Approach*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Nelson-Jones, R. 1995. *Human Relation Skills*. Sidney: Harcourt Brace & Company, Australia.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. & Greene, B. 1997. *Abnormal Psychology in a Changing World*. New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Prastuti, E. 2001. "Pengaruh Pendidikan Seks dan Pelatihan Asertivitas terhadap Sikap Remaja Mengenai Seks Pranikah". *Tesis* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM.
- Quina, K., Harlow, L. L., Morokoff, P. J., Burkholder, G. & Deiter, P. J. 2000. "Sexual Communication in Relationships: When Words Speak Louder Than Actions". *Sex Roles: A Journal of Research*. (Volume: 532).
- Rakos, R. F. 1991. *Assertive Behavior. Theory, Research, and Training*. London: Routledge.
- Reivich, K. & Shatte, A. 2002. *The Resilience Factor. 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Random House, Inc.
- Richmon, M. 1992. *Masculine and Feminine. Gender Roles Over The Lifecycle*. New York:

Abbot, McGraw Hill, Inc.

- Rodrigues, G., Johnson, S. W. & Combs, D. C. 2001. "Significant Variables Associated with Assertiveness Among Hispanic College Women". *Journal of Instructional Psychology*. (Volume: 28).
- Ryff, B. D. & Singer, B. 2003. *Flourishing Under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving*. <http://www.apa.org/books/431686As.html>.
- _____. *Flourishing Under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving*. <http://www.Transpersonalpsycho.com.ar/Resiliency.htm>.
- Sulastri, E. 2001. "Studi Eksploratif tentang Kekerasan terhadap Perempuan dalam Rumah Tangga di Kabupaten Indramayu Jawa Barat". *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII.
- Thompson, K. L., Bundy, K. A. & Wolfe, W. R. 1996. "Social Skills Training for Young Adolescents: Cognitive and Performance Components". *Adolescence*. (Volume : 31: 505).
- Townen, A. 1991. *Developing Assertiveness*. London: Routledge.
- Unger, R. & Crawford, M. 1992. *Woman and Gender. A Feminist Psychology*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Wahjana, J. 2000. http://www.rnw.nl/ranesi/html/kekerasan_perempuan.html.
- Walker, C. E. Clement P. W., Hedberg, A. G. & Wright, L. 1981. *Clinical Procedures for Behavior Therapy*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc, Englewood Cliffs.
- Yoshioka, M. R., DiNoia, J. & Ullah, K. 2001. "Attitudes Toward Marital Violence: An Examination of Four Asian Communities". *Violence Against Women*. Thousand Oaks, (Volume: 7, 900-926).
- Zuhri, 2002. "Hubungan Antara Kekerasan terhadap Istri dengan Pola Asuh Otoriter Ibu". *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII.